

Assertividade e Autocontrole: Interpretação Analítico-Comportamental¹

Vívian Marchezini-Cunha²
Emmanuel Zagury Tourinho
Universidade Federal do Pará

RESUMO - Questões relacionadas à assertividade têm recebido atenção por parte de terapeutas comportamentais há mais de três décadas. É mais recente, porém, o esforço de terapeutas analítico-comportamentais para examinar problemas dessa ordem com os mesmos recursos conceituais e metodológicos empregados por seus pares da pesquisa básica e conceitual. O presente trabalho tem como objetivo oferecer uma interpretação analítico-comportamental para padrões de comportamento assertivos, agressivos e passivos. Recuperamos algumas definições de assertividade/agressividade/passividade e examinamos os fenômenos correspondentes enquanto relações comportamentais; discutimos alguns aspectos da abordagem analítico-comportamental para o autocontrole; e sugerimos que as relações comportamentais definidas como assertividade/agressividade/passividade podem ser interpretadas enquanto instâncias de autocontrole ou impulsividade. A abordagem pode abrir novas perspectivas de investigação clínica de habilidades sociais sob um enfoque analítico-comportamental.

Palavras-chave: assertividade; agressividade; passividade; autocontrole; conflito de consequências.

Assertiveness and Self-Control: A Behavior-Analytic Interpretation

ABSTRACT - Issues related to assertiveness have been investigated by behavior therapists for over three decades. It is more recent, however, the effort made by behavior-analytic therapists to examine such issues with the same conceptual and methodological tools employed by their colleagues in basic and conceptual research. This study aims to provide a behavior-analytic interpretation of assertive, aggressive and passive behavior patterns. We recovered some definitions of assertiveness/aggressiveness/passiveness and then examined the corresponding phenomena as behavioral relations, discussed some aspects of the behavior-analytic approach of self-control, and suggested that behavioral relations defined as assertiveness/aggressiveness/passiveness may be interpreted as instances of self-control or impulsiveness. Such approach may give rise to new directions in clinical research of social skills from a behavior-analytic standpoint.

Keywords: assertiveness; aggressiveness; passiveness; self-control; conflict of consequences.

A questão da expressão adequada de sentimentos, contemporaneamente abordada na terapia comportamental com o conceito de assertividade, vem sendo estudada pela Psicologia há quase cinquenta anos. Buscando promover comportamentos assertivos, muitas definições já foram propostas, diversos inventários foram criados e treinamentos foram desenvolvidos para indivíduos com dificuldades para expressar seus sentimentos em situações interpessoais (e.g. Alberti & Emmons, 1970/1978; Lazarus, 1971/1980; Wolpe, 1973/1980). Dentre as diversas definições propostas para o comportamento assertivo, interessa-nos especialmente a de Rich e Schroeder (1976), de acordo com a qual a assertividade consiste de repertórios autodescritivos eficazes em contextos sociais específicos. Como se verá adiante, tal definição oferece uma visão mais funcional no sentido de indicar variáveis controladoras do comporta-

mento assertivo, portanto mais coerente com a Análise do Comportamento, abordagem na qual se apoia o presente trabalho.

O comportamento assertivo pode envolver a produção de consequências reforçadoras diversas tanto para o indivíduo que age assertivamente, quanto para o grupo com o qual interage. O comportamento assertivo pode também produzir consequências aversivas, sendo que ambas – as reforçadoras e as aversivas – podem constituir um produto imediato ou atrasado desse comportamento.

O presente artigo analisa o tema da assertividade, ou os padrões que se tornaram socialmente eficazes de expressão de sentimentos na cultura ocidental moderna por meio do exame de processos comportamentais descritos como “autocontrole”. Assim, espera-se contribuir para uma especificação das relações comportamentais que possivelmente definem assertividade. O aspecto central da análise a ser desenvolvida consiste das possíveis relações entre assertividade e autocontrole, uma relação pouco referida na literatura sobre assertividade. Ao explorar essas relações, o que se busca é promover a articulação de duas áreas de pesquisa bastante relevantes na psicologia e, com isso, aumentar o alcance de uma apreciação dos fenômenos relativos à assertividade, por exemplo, no contexto clínico onde o tema é recorrente.

1 Este artigo reproduz partes da Dissertação de Mestrado apresentada pela primeira autora ao Programa de Pós-Graduação em Teoria e Pesquisa do Comportamento, Universidade Federal do Pará, e orientada pelo segundo autor. Trabalho parcialmente financiado pelo Conselho Nacional de Desenvolvimento Científico e Tecnológico, CNPq (Bolsa de Mestrado, Processos 305743/2004-0 e 470802/2004-9).

2 Endereço para correspondência: Rua Padre Willian Silva, 39. Bairro Planalto. Belo Horizonte, MG. CEP 31.720-060. Telefone: (31) 3495-2810. E-mail: vivianpsi@yahoo.com.br.

Assertividade

A maior concentração de publicações sobre comportamento assertivo pode ser situada nas décadas de 1970 e 80, período no qual se encontram muitos trabalhos sobre definições do comportamento assertivo (e.g., Alberti & Emmons, 1970/1978; Lazarus, 1971/1980; Wolpe, 1973/1980), o treinamento assertivo e os prováveis determinantes de sua eficácia (e.g., Eisler, Hersen & Miller, 1973; Kazdin, 1974; McFall & Lillesand, 1971; Pitcher & Meickle, 1980; Zollo, Heimberg & Becker, 1985).

As definições propostas nessa época tornaram-se clássicas e orientam ainda hoje tanto pesquisas quanto a prática da Terapia Comportamental. No entanto, dentre tantas publicações é difícil encontrar trabalhos que examinem criticamente o próprio conceito de assertividade, principalmente se o pesquisador busca trabalhos realizados sob o enfoque da Análise do Comportamento. Também não são tão numerosos os trabalhos que examinam a relação entre a demanda por comportamentos assertivos e as contingências socioculturais às quais os indivíduos estão expostos.

Segundo as definições clássicas, o comportamento assertivo seria a expressão de sentimentos de maneira socialmente adequada, preservando tanto os direitos/interesses do indivíduo que responde assertivamente quanto os de seu interlocutor. Sob o ponto de vista da Análise do Comportamento, as definições clássicas são insatisfatórias para uma compreensão do comportamento assertivo por serem vagas, pouco operacionais (cf. Heimberg, Montgomery, Madsen Jr. & Heimberg, 1977; Martinez, 1997; Rich & Schroeder, 1976) e muito baseadas na topografia da resposta. Contudo, Rich e Schroeder definem assertividade de acordo com critérios funcionais, propondo que se trata de uma “habilidade para procurar, manter ou aumentar o reforçamento em uma situação interpessoal por meio da expressão de sentimentos ou desejos quando tal expressão envolve riscos de perda de reforçamento ou até de punição” (p. 1082). Ou seja, diante de uma situação interpessoal na qual respostas passivas ou agressivas produziram punição ou perda de reforçamento, uma resposta assertiva é aquela que garante a produção, manutenção ou aumento de reforçadores. Com essa definição, Rich e Schroeder identificam o ambiente no qual o comportamento ocorre (social), o tipo de resposta emitida (verbalização de sentimentos), as consequências prováveis (punição ou perda de reforçamento) e as consequências produzidas pelo comportamento, necessárias para sua caracterização como assertivo (produção, manutenção ou aumento de reforço positivo). Uma definição que identifique as variáveis controladoras do comportamento assertivo é relevante na medida em que traz para o ambiente da Análise do Comportamento a investigação acerca desse comportamento, propiciando aos terapeutas analítico-comportamentais uma prática mais coerente. Pesquisas experimentais têm possibilitado a identificação de dimensões do comportamento assertivo e de variações destas em diferentes contextos de interação social (e.g., Alberti, 1977; Arrindell, Sanderman, Van Der Molen, Van Der Ende & Mersch, 1988; Lorr & More, 1980), contribuindo para uma compreensão mais completa acerca do comportamento assertivo.

Especificações do comportamento assertivo

O comportamento assertivo é frequentemente contrastado com os comportamentos agressivo e passivo. Na literatura da terapia comportamental é muito comum encontrar definições desses comportamentos baseadas em suas características topográficas. Assim, comportamentos assertivos tendem a se caracterizar por maior contato visual entre o indivíduo assertivo e seu interlocutor, maior uso de afirmações dotadas de afeto, tom de voz audível, verbalizações de maior duração, uso adequado de características paralinguísticas da fala (como fluência, variabilidade de expressões, vivacidade) (cf. revisão de literatura realizada por Rich & Schroeder, 1976). A postura corporal, os gestos utilizados, a distância do interlocutor e as expressões faciais do indivíduo também são diferentes entre o comportamento assertivo e os comportamentos agressivos e passivos. Segundo Hull e Schroeder (1979), são características típicas do comportamento passivo: não olhar o interlocutor diretamente nos olhos; usar um tom de voz suave, hesitante, com uma pequena entonação que transmite vacilação; falar de maneira pouco clara e se posicionar curvadamente, sem encarar o interlocutor. Já no comportamento agressivo, de acordo com os autores, o indivíduo ‘tem um olhar fulminante’; usa um tom de voz que transmite raiva e ressentimento; fala muito alto e sem hesitação, encara o interlocutor e fala imediatamente, quase interrompendo o interlocutor (cf. Hull & Schroeder).

Apesar de caracterizações topográficas ajudarem na identificação daqueles tipos de comportamentos, suas dimensões funcionais são reconhecidamente relevantes. De um ponto de vista funcional, um aspecto importante a ser considerado é que respostas assertivas/agressivas/passivas produzem consequências variadas. Por exemplo, quando um indivíduo informa que está cansado demais para aceitar um convite para um passeio, essa resposta pode produzir tanto a evitação de um programa que seria aversivo naquele contexto, como críticas de seus amigos e ameaças de não mais convidá-lo para nada. Alguém que, no mesmo contexto, aceita o convite, pode produzir a aprovação dos amigos, mas, também, a condição aversiva de passear quando preferiria estar descansando.

Uma tentativa de classificar os tipos de consequências produzidas por comportamentos assertivos/agressivos/passivos consiste em diferenciá-las quanto à questão da aprovação social. Assim, em termos funcionais, pelo menos dois conjuntos de consequências da assertividade/agressividade/passividade são referidos na literatura: (a) as consequências de aprovação/desaprovação; e (b) outras consequências (adiante referidas como consequências reforçadoras ou aversivas diversas). As consequências diversas “poderão ser entendidas como satisfação de outras necessidades, consequências mediadas socialmente ou não, mas em sentido diverso àquele específico de aprovação/desaprovação” (Marchezini-Cunha, 2004, p. 3). Os dois conjuntos de consequências se combinam na manutenção de cada comportamento (assertivo, agressivo ou passivo). As combinações entre as consequências serão discutidas adiante.

Antes de avançar na análise das consequências da assertividade/agressividade/passividade *para o indivíduo*, será necessário considerar outra diferenciação importante. Por

serem comportamentos que ocorrem em situações interpessoais, os comportamentos assertivo, agressivo e passivo envolvem necessariamente um interlocutor, sendo assim, produzem consequências também para o ambiente social com o qual o indivíduo interage. A referência anterior à aprovação/desaprovação social do comportamento pode, desse modo, ser interpretada também como uma indicação do impacto do comportamento do indivíduo sobre o grupo.

A produção de aprovação/desaprovação social pelos comportamentos assertivo, agressivo e passivo foi investigada em diversos estudos (e.g. Epstein, 1980; Hull & Schroeder, 1979; Kelly, Kern, Kirkley, Paterson & Keane, 1980; Schroeder, Rakos & Moe, 1983) por meio da análise de avaliações feitas por pessoas que assistiram a ou vivenciaram situações que envolviam indivíduos emitindo essas respostas. Nesses estudos, os comportamentos assertivo, agressivo e passivo poderiam ser avaliados como agradáveis/desagradáveis, simpáticos/antipáticos, passíveis ou não de seguimento, justos/injustos, amigáveis/não amigáveis, entre outros. Comportamentos passivos receberam avaliações mais positivas (tais como agradável, amigável, simpático) que os demais comportamentos (cf. Epstein, 1980; Hull & Schroeder, 1979). Comportamentos assertivos também receberam avaliações positivas (justo, passível de seguimento), embora tenham também recebido avaliações negativas (como desagradável e antipático) (cf. Hull & Schroeder, 1979; Kelly & cols., 1980; Schroeder & cols., 1983). Comportamentos agressivos receberam avaliações predominantemente negativas (cf. Epstein, 1980; Hull & Schroeder, 1979).

Transpondo os resultados dos estudos de impacto social de comportamentos assertivo/passivo/agressivo para a vida cotidiana, pode-se supor que o comportamento passivo produz aprovação social em maior escala que os demais comportamentos, muito embora não seja eficiente na produção de consequências reforçadoras diversas. Já o comportamento agressivo produz mais consistentemente desaprovação social, apesar de produzir também consequências reforçadoras diversas de maior valor (ou mais prontamente) do que aquelas produzidas pelos comportamentos assertivo e passivo. O comportamento assertivo, por sua vez, é eficiente tanto na produção de consequências reforçadoras diversas (embora menos que o agressivo) quanto na produção de aprovação social (ou evitação da desaprovação social); em certos contextos, porém (por exemplo, quando o indivíduo deixou de ser passivo e tornou-se assertivo), esse comportamento produz também a desaprovação social.

O que as avaliações sociais (positivas ou negativas) de cada um dos comportamentos analisados indicam é o tipo de consequências que os comportamentos do indivíduo produzem para o grupo. Comportamentos agressivos consistentemente produzem estímulos aversivos ou perda de reforçadores para o grupo, recebendo assim avaliações negativas. Por exemplo, que avaliação o grupo faria de um indivíduo que, ao receber um pedido de empréstimo, diz (gritando, gesticulando muito) algo como “Qual é, seu idiota? Está me achando com cara de banco? Vá procurar outro trouxa!”? Esse comportamento produz para o indivíduo consequências reforçadoras diversas (ou evita a retirada de reforçadores), sendo, portanto, eficaz desse ponto de vista. No entanto, a avaliação que o grupo faz de seu comportamento

é certamente negativa e as pessoas passam a evitar o contato com esse indivíduo, assim não se expõem às consequências aversivas produzidas por seu comportamento.

Já comportamentos passivos produzem consequências reforçadoras para o grupo, ou no mínimo não produzem consequências aversivas e, assim, esses comportamentos tendem a ser avaliados positivamente pelo grupo. Em situação semelhante à descrita no exemplo anterior, um indivíduo que também passa por dificuldades financeiras recebe um pedido de empréstimo, respondendo, em voz baixa, olhando para o chão, algo como “É... humm... está bem, eu te empresto...”. Apesar da consequência aversiva produzida por esse comportamento – o indivíduo ficará sem dinheiro para pagar as próprias contas – ele se mantém, muito provavelmente controlado pelas consequências de aprovação social. O grupo avalia positivamente um comportamento como o do indivíduo do exemplo – “Ele sempre está disponível, mesmo quando passa por dificuldades! É um ótimo amigo...”. Por seu lado, o grupo mantém contato com o indivíduo passivo, uma vez que esse contato é reforçado positivamente.

Comportamentos assertivos podem produzir tanto consequências aversivas para o grupo, como reforçadoras. Uma maneira de o indivíduo prever as consequências de seu comportamento assertivo (e tentar, a partir disso, emitir uma resposta mais provável de ser reforçada) é discriminar e avaliar o contexto no qual está inserido (cf. Falcone, 2001; Lewis & Gallois, 1984; McFall & Lillesand, 1971). Para isso, o autoconhecimento e a empatia são importantes, na medida em que a discriminação dos próprios sentimentos, dos sentimentos do interlocutor e das variáveis das quais esses sentimentos são função facilita a emissão de respostas que respeitem cada uma das partes, maximizando a produção de consequências reforçadoras (diversas e de aprovação social) para ambas e protegendo assim a relação interpessoal.

É possível afirmar, portanto, que comportamentos agressivos são controlados predominantemente por consequências reforçadoras diversas, de maior valor reforçador (e assim pode-se apontar tanto a obtenção ou manutenção de bens materiais como a esquiva de contatos sociais aversivos), enquanto comportamentos passivos são predominantemente controlados por consequências de aprovação social, de maior valor reforçador (muito embora consequências de outra natureza também possam ser produzidas, mas com um menor valor reforçador). Como observam Hull e Schroeder (1979), a avaliação positiva dos comportamentos passivos “sugere que pessoas passivas que desejam aprender a se comportar assertivamente são provavelmente mais motivadas por suas próprias insatisfações com seu comportamento [provavelmente ocasionadas pela baixa produção de reforçadores diversos] do que por avaliações adversas de outras pessoas” (p. 27).

Comportamentos assertivos poderiam, talvez, ser considerados como em desvantagem, com menor probabilidade de serem selecionados, porque podem resultar em consequências reforçadoras diversas de menor magnitude, ou mais atrasadas (comparativamente com comportamento agressivos), ou em menor probabilidade de aprovação social (comparativamente com o comportamento passivo). No entanto, é possível que o comportamento assertivo seja mantido também pela esquiva de consequências aversivas de maior valor (tanto consequências de desaprovação, que seriam produzidas por respostas

agressivas, quanto consequências aversivas diversas, que seriam produzidas por respostas passivas).

Pode-se ainda supor que indivíduos assertivos respondam dessa maneira sob controle de contingências sociais adicionais àquelas referidas até aqui (de aprovação/desaprovação). Nesse sentido, cabe uma análise de aspectos culturais na determinação de comportamentos assertivos.

A função de aspectos culturais na demanda por comportamentos assertivos

A produção de consequências de aprovação/desaprovação social por comportamentos assertivos, agressivos e passivos envolve aspectos mais complexos do que a questão de agradar ou não ao interlocutor, por exemplo. Um comportamento será reforçado ou não socialmente dependendo de seus efeitos para a sobrevivência da cultura, se são positivos ou negativos. Os parâmetros para a avaliação desses efeitos como positivos ou negativos são encontrados nas normas e valores de cada cultura, os quais podem variar. No que diz respeito à assertividade, nem todas as culturas compartilham com as culturas europeia e norte-americana a crença na necessidade de defender os próprios direitos e de proteger os próprios sentimentos. Alguns comportamentos que nessas culturas são considerados assertivos, em outras culturas são vistos como agressivos, desrespeitosos ou até desnecessários; além disso, comportamentos que as culturas europeia e norte-americana caracterizam como desprovidos de habilidades sociais podem ser adequados em outras culturas (cf. Chan, 1993; Furnham, 1979).

Nas sociedades ocidentais modernas, fatores como a grande valorização da individualidade, da privacidade, da capacidade pessoal de alcançar bens materiais e bons relacionamentos interpessoais independentemente da classe social de origem envolvem – e até requerem – a expressão de sentimentos de maneira adequada. Comportamentos assertivos teriam, então, a função de preservar as noções de individualidade e privacidade na medida em que ressaltam a diferenciação do indivíduo dos demais. Ao defender seus direitos e expressar seus sentimentos de maneira contida, o indivíduo age como se estivesse demarcando seu espaço e estabelecendo até onde o grupo pode controlar seu comportamento. A partir desse limite, para o indivíduo, a fonte de controle estaria em contingências não sociais – erroneamente o indivíduo ocidental acredita que o que ocorre em seu ambiente privado não tem relação com contingências sociais, e sim com construtos como a mente, o *self* ou a personalidade (para uma discussão mais ampla acerca das noções de privacidade e interdependência na sociedade ocidental moderna, ver Tourinho, 2009).

O controle social do comportamento assertivo fica ainda mais claro quando se observa que respostas de expressão de sentimentos só são reforçadas socialmente se produzirem pouca ou nenhuma estimulação aversiva para o grupo. Ao apelar para a questão do respeito aos direitos interpessoais, o grupo promove comportamentos assertivos e assim evita a estimulação aversiva produzida por comportamentos agressivos. Heimberg e cols. (1977) salientam que:

claramente, o conceito de direitos interpessoais coloca o comportamento assertivo dentro de um arcabouço orientado por valores moralistas. Comportamento assertivo é visto como 'bom' porque os direitos de cada interessado são protegidos. Comportamentos passivos e agressivos são vistos como 'maus' porque os direitos de uma das partes envolvidas são ignorados ou violados. (p. 954)

Considerando os efeitos de respostas passivas e agressivas para o grupo, é aparentemente muito mais interessante para o grupo suprimir ou evitar comportamentos agressivos, pela magnitude ou extensão das consequências desses comportamentos. Quando um indivíduo se comporta passivamente, deixa de produzir consequências reforçadoras diversas para si, no entanto produz reforçadores diversos para o grupo. As consequências aversivas dos comportamentos passivos geram para o indivíduo sentimentos de fracasso, baixa autoestima, ansiedade, formulação de autorregras depreciativas etc (cf. Schwartz & Gottman, 1976; Zollo & cols., 1985). O que muitas vezes não se leva em conta é que comportamentos passivos produzem, sim, consequências aversivas para o grupo, especialmente no longo prazo. Membros passivos não ajudam o grupo a enfrentar seus problemas e produzir soluções. Por exemplo, quando não consegue dizer “não” às agressões de outro membro do grupo, ou até de uma agência de controle, o indivíduo passivo está permitindo que comportamentos agressivos continuem sendo emitidos, e que contingências coercitivas continuem controlando não só o seu comportamento, mas o comportamento do grupo. A emissão de respostas assertivas seria, então, uma maneira de o grupo não só evitar as consequências aversivas imediatas do comportamento agressivo, como, também, promover o bem estar do indivíduo e do grupo em longo prazo.

Até este ponto da análise, foram consideradas algumas variáveis relevantes para a emissão do comportamento assertivo: a produção de consequências reforçadoras diversas de magnitude média, quando comparado ao comportamento agressivo; a produção de aprovação social, também de magnitude média, quando comparado ao comportamento passivo; a produção de consequências reforçadoras para o grupo, preservando as noções de individualidade e privacidade presentes na sociedade ocidental moderna.

A questão da produção de consequências para o indivíduo *versus* para o grupo aproxima a noção de assertividade da noção de autocontrole. Além dessa questão, também a da imediatidade *versus* atraso do reforço (mencionada brevemente nesta seção) constitui um aspecto comum aos dois temas. Nas seções seguintes, discutem-se a abordagem analítico-comportamental para o autocontrole e a possibilidade de interpretar assertividade/agressividade/passividade como relações comportamentais pertinentes ao tema do autocontrole.

Autocontrole

A interpretação analítico-comportamental para o autocontrole focaliza basicamente circunstâncias em que há dois tipos de conflitos de consequências produzidas pelo responder do indivíduo: consequências imediatas *versus* consequências

atrasadas e consequências para o indivíduo *versus* consequências para o grupo (cf. Hanna & Todorov, 2002; Nico, 2001; Rachlin, 1991; Skinner, 1953/2000, 1968/2003). Os parágrafos seguintes explicam essa abordagem.

Nico (2001) sistematiza as considerações que Skinner fez, ao longo de sua obra, a respeito das contingências que produzem o comportamento de autocontrole. Segundo Nico, “para Skinner, o conflito entre as consequências do comportamento está na raiz de toda e qualquer forma de autocontrole” (p. 64).

As relações de autocontrole podem ser didaticamente categorizadas da seguinte maneira: (1) situações nas quais o autocontrole é originado somente do conflito entre as consequências diretas do comportamento do indivíduo e (2) situações nas quais o conflito entre as consequências do comportamento é acentuado por sanções éticas impostas pelo grupo. As situações da categoria (2) podem ser ainda subdivididas em: (a) conjunto de condições sob as quais o grupo impõe sanções éticas como forma de facilitar o autocontrole e assim “proteger” o indivíduo das consequências aversivas de seu comportamento impulsivo e favorecer um comportamento vantajoso para o indivíduo (neste caso, as consequências afetam diretamente apenas o próprio indivíduo; o grupo intervém apenas para proteger o indivíduo); e (b) conjunto de condições sob as quais as sanções éticas visam à promoção do autocontrole, evitando assim consequências que seriam reforçadoras para o indivíduo, mas aversivas para o grupo (situação em que há o conflito entre consequências para o indivíduo e consequências para o grupo). É este último conjunto de condições que nos interessa particularmente no presente estudo, uma vez que aborda diretamente a questão da produção de reforçadores para o indivíduo e para o grupo, questão envolvida no conceito de assertividade. Tal conjunto de condições constitui autocontrole como autogerenciamento ético (cf. Skinner, 1968/2003).

No exemplo que nos interessa, as sanções éticas são estabelecidas não só com o objetivo de “proteger” o indivíduo das consequências aversivas de seu próprio comportamento, mas também de proteger os interesses do próprio grupo, que é de algum modo estimulado aversivamente pelo comportamento impulsivo do indivíduo. Sanções éticas podem ser compreendidas como estímulos aversivos dispostos pelo grupo, contingentes a uma resposta impulsiva, com a função de reduzir a frequência dessa resposta. Podem também ser interpretadas como regras, alterando a função de certos estímulos, colocando assim o comportamento do indivíduo sob controle de estímulos que não o controlariam sem a regra.

Assim, o conjunto de condições correspondente à categoria 2b “é composto por condições nas quais o mesmo comportamento que constitui ‘vantagem para o indivíduo’ implica ‘desvantagem para o grupo’” (Nico, 2001, p. 74). Nessas condições, o comportamento vantajoso para o indivíduo pode ser conseqüenciado por reforçadores primários imediatos como comida, sexo, autoproteção (por meio de comportamentos agressivos, por exemplo), que, se no passado eram essenciais para o homem, hoje em dia implicam consequências aversivas para o grupo, como obesidade, superpopulação e contatos sociais agressivos. Muitas dessas consequências aversivas para o grupo são produzidas pelo

comportamento de mais de um indivíduo e no longo prazo, às vezes com um atraso tão grande que os próprios indivíduos que as produzem não chegam a entrar em contato com elas, o que diminui ainda mais a probabilidade de emissão de respostas autocontroladas. Segundo Nico, “neste segundo caso é ainda menos provável que o indivíduo se autocontrole, sendo o planejamento de consequências especiais, na forma de sanções éticas, o único modo possível de estabelecer tal comportamento” (p. 77).

As sanções éticas exercem então a função de trazer, para o presente, estimulações aversivas (contingentes à impulsividade) que aumentem a probabilidade de autocontrole. Diante disso, Nico (2001) destaca que o comportamento de autocontrole “pode ser definido como um comportamento de esquiva socialmente instalado e que aparece sob condições muito particulares: as de conflito entre consequências” (p. 85). Mais especificamente, o autogerenciamento ético diz respeito ao conflito entre consequências para o indivíduo e para o grupo. Situações regulamentadas por leis são exemplos claros de autogerenciamento ético. Nessas situações, o indivíduo comporta-se de maneira autocontrolada sob controle das consequências aversivas impostas ou descritas pelo grupo, embora imediatamente as consequências produzidas pelo comportamento impulsivo sejam mais vantajosas.

Para Rachlin (1991), o conflito entre consequências também é algo fundamental para a emissão de comportamento de autocontrole. A questão temporal envolvida nesse conflito é enfatizada pelo autor. De acordo com Rachlin, autocontrole é o ato de emitir uma dada resposta sob controle de consequências ambientais temporalmente atrasadas quando esta concorre com outra resposta sob controle de consequências temporalmente restritas ou imediatas. Aliada à questão temporal está a magnitude da consequência: a resposta controlada seria aquela que produz consequências de maior magnitude e no longo prazo. Já a resposta impulsiva produz consequências de menor magnitude e imediatas.

Rachlin (1991) lança mão do conceito de “desconto” a fim de calcular o valor reforçador de uma consequência e assim prever o grau de controle que ela exercerá sobre o comportamento. Segundo o autor, o valor reforçador de uma consequência é dado pela relação entre magnitude e atraso, sendo diretamente proporcional à magnitude e inversamente proporcional ao atraso. Assim, o indivíduo compararia o valor de uma consequência atrasada, descontado o custo da espera, com o valor de uma consequência imediata. Se, ainda assim, o valor reforçador da consequência atrasada for superior, a resposta emitida será a autocontrolada; por outro lado, se seu valor for inferior, não compensando o custo da resposta de esperar, a resposta emitida será a impulsiva.

Numa análise sobre o autocontrole como um comportamento vantajoso para o grupo, Rachlin (1991) afirma que o conflito entre consequências imediatas e atrasadas que afetam o mesmo indivíduo é análogo ao conflito entre consequências para o indivíduo e para o grupo. Segundo a analogia de Rachlin, em situações envolvendo o indivíduo e o grupo, a resposta impulsiva é aquela que produz consequências imediatas, de menor valor reforçador para o próprio indivíduo, enquanto a resposta de autocontrole é aquela que produz consequências no longo prazo, de maior valor reforçador para o grupo como um todo (incluindo o próprio indivíduo).

Relações entre Assertividade e Autocontrole

Rachlin cita o exemplo de um indivíduo que joga lixo na rua, livrando-se de uma estimulação aversiva imediata, tendo, portanto, seu comportamento impulsivo reforçado. Em contrapartida, comportamentos de autocontrole não só de um único indivíduo, mas de muitos deles (jogar o lixo no local apropriado), produzem reforçadores no longo prazo para todo o grupo, melhorando, por exemplo, os índices de saúde pública. Para facilitar o autocontrole dos indivíduos e, conseqüentemente, garantir reforçadores para si, o grupo estabelece regras que tornem mais vívida a relação de contingência entre a resposta controlada e as conseqüências no longo prazo (podendo ressaltar as conseqüências reforçadoras atrasadas para o grupo – e para o indivíduo), além de dispor conseqüências aversivas imediatas contingentes a respostas impulsivas.

As conseqüências aversivas para o comportamento impulsivo podem também ser descritas por regras estabelecidas pelo grupo. “Calado, ou eu atiro”, “se não parar o carro será multado” e até “estude se não quiser ser um fracassado” são exemplos dessas regras (ou ameaças). Impor e/ou descrever sanções éticas pode ser muito eficaz na promoção de respostas de autocontrole, que podem ser emitidas como esquiva tanto das conseqüências descritas como dos sentimentos gerados pela emissão de respostas impulsivas, como ansiedade, culpa ou vergonha (cf. Skinner, 1953/2000).

O autocontrole, que é um comportamento importante para o grupo pelos reforçadores que produz, envolve muitas contingências aversivas para o indivíduo. Não há dúvida acerca da necessidade de comportamentos e práticas que possam garantir a sobrevivência dos grupos. No entanto há que se questionar a validade da utilização de contingências aversivas levando-se em conta os efeitos delas sobre o indivíduo e, de volta, sobre o próprio grupo. O ideal seria que o grupo promovesse o autocontrole por meio de contingências reforçadoras, fazendo com que esse comportamento ficasse sob controle de reforçamento positivo, e não de reforçamento negativo.

O grupo pode garantir a manutenção de respostas de autocontrole e, assim, a produção de reforçadores atrasados para si sem grandes danos ao indivíduo quando promove a variação do repertório do indivíduo. Ou seja, amplia-se o repertório do indivíduo, fazendo-o entrar em contato com os reforçadores das novas respostas ao mesmo tempo em que se reduz a probabilidade de ocorrerem os efeitos colaterais da retirada dos antigos reforçadores (efeitos que mantêm a resposta impulsiva por reforçamento negativo). Por exemplo, no lugar de punir com multas o morador de um condomínio que coloca o lixo na área comum fora do horário de coleta, poderia ser mais eficaz distribuir sacos de lixo aos moradores que entregarem o lixo ao coletor no horário definido pelo condomínio. A promoção do autocontrole, da maneira como é feita usualmente, tolhe o indivíduo, inibe respostas impulsivas, mas também respostas que poderiam produzir reforçadores tanto para o indivíduo quanto para o grupo, além de gerar efeitos colaterais aversivos, como sentimentos de vergonha, culpa, ansiedade, medo e comportamentos agressivos direcionados ao agente de controle. Esses mesmos efeitos são observados quando se utilizam contingências aversivas na regulação da expressão de sentimentos e emoções.

A revisão de algumas caracterizações da assertividade na Terapia Comportamental (e.g. Furnham, 1979; Rich & Schroeder, 1976) e a revisão de alguns usos do conceito de autocontrole na Análise do Comportamento (e.g., Rachlin, 1991; Skinner, 1953/2000) possibilitam o estabelecimento de relações entre os dois conceitos em termos de processos comportamentais. Essas relações serão descritas a seguir.

Ambos os conceitos remetem à produção de conseqüências que podem ser classificadas de acordo com a população afetada por elas (o próprio indivíduo que emite as respostas ou o grupo no qual o indivíduo está inserido) e de acordo com a distância temporal (conseqüências imediatas ou atrasadas).

Assertividade é um comportamento alternativo (concorrente) aos comportamentos de agressividade e de passividade, os quais se assemelham funcionalmente ao comportamento impulsivo, sendo este último alternativo ao comportamento de autocontrole.

Uma relação comportamental de autocontrole pode ser descrita da seguinte maneira: num contexto interpessoal, uma resposta controladora (R_{ctr}) manipula variáveis de maneira a alterar a probabilidade de uma outra resposta do próprio indivíduo (cf. Skinner, 1953/2000). A resposta que tem sua probabilidade alterada é chamada de resposta controlada (R_{ctd}) e produz conseqüências de dois tipos: uma conseqüência aversiva imediata ($S^{R-}_{imed.}$) e um reforçador positivo atrasado ($S^{R+}_{atras.}$).

Utilizando-se a qualificação das conseqüências de acordo com a população afetada por elas, diz-se que R_{ctd} produz conseqüências aversivas (imediatas) para o indivíduo ($S^{R-}_{indiv.}$) e reforçadores positivos (relativamente mais atrasados) para o grupo (S^{R+}_{grupo}) (cf. Nico, 2001; Rachlin, 1991; Skinner, 1953/2000).

A resposta impulsiva (R_{imp}) geralmente concorre com a de autocontrole, e pode ser descrita como uma resposta (R_{imp}) emitida num contexto interpessoal, que produz reforçadores positivos imediatos ($S^{R+}_{imed.}$) e conseqüências aversivas atrasadas ($S^{R-}_{atras.}$). Levando-se em consideração a população afetada pelas conseqüências da resposta impulsiva, diz-se que R_{imp} produz reforçadores positivos para o indivíduo ($S^{R+}_{indiv.}$) e conseqüências aversivas para o grupo (S^{R-}_{grupo}) (cf. Nico, 2001; Rachlin, 1991; Skinner, 1953/2000). Uma sistematização das respostas de autocontrole e impulsiva, com relação a população afetada, tipo e imediatidade das conseqüências produzidas é apresentada na Tabela 1.

O comportamento assertivo pode ser descrito como uma resposta (R_{ass}) emitida necessariamente num contexto interpessoal ($S^{D_{social}}$). Tal contexto sinaliza alta probabilidade de produção de conseqüências aversivas (tanto conseqüências de desaprovação social, quanto estímulos aversivos diversos), chamado por isso de situação interpessoal de risco (cf. Rich & Schroeder, 1976). A despeito do risco de conseqüências aversivas, uma R_{ass} produz conseqüências reforçadoras diversas, de magnitude moderada ou média ($S^{R+}_{diversas}$) e conseqüências reforçadoras de aprovação social, de magnitude moderada ou média ($S^{R+}_{aprov.}$) (cf. Hull & Schroeder, 1979; Kelly & cols., 1980; Schroeder & cols., 1983). Note-se que as expressões “magnitude moderada” e “magnitude média” estão sendo utilizadas aqui a fim de ressaltar que as conseqüências

Tabela 1. Tipos de consequências produzidas por respostas impulsivas e autocontroladas.

RESPOSTAS	CONSEQUÊNCIAS		
	População afetada	Tipo de consequência	Tempo
Impulsiva	Indivíduo	Positiva Negativa	Imediata Atrasada
	Grupo	Negativa	Atrasada
Autocontrolada	Indivíduo	Negativa Positiva	Imediata Atrasada
	Grupo	Positiva	Atrasada

ências de aprovação social produzidas pelo comportamento assertivo podem situar-se em um ponto intermediário entre as consequências de respostas passivas e as consequências de respostas agressivas.

As consequências da resposta assertiva também podem ser descritas de acordo com a população afetada por elas. Assim, diz-se que a R_{ass} produz reforçadores positivos de magnitude moderada para o indivíduo (S^{R+}_{indiv}) e reforçadores positivos de magnitude moderada para o grupo (S^{R+}_{grupo}) (cf. Lorr & More, 1980).

O comportamento agressivo pode ser descrito como uma resposta (R_{agr}) emitida necessariamente numa situação interpessoal de risco (S^D_{agr}), produzindo consequências reforçadoras diversas (S^{R++}_{social}) e consequências de desaprovção social aversivas (S^{R-}_{desap}), ambas de grande magnitude. Diz-se que uma resposta agressiva produz reforçadores positivos para o indivíduo (S^{R+}_{indiv}) e consequências aversivas para o grupo (S^{R-}_{grupo}) (cf. Epstein, 1980; Hull & Schroeder, 1979).

Já o comportamento passivo pode ser descrito como resposta (R_{pas}) emitida necessariamente numa situação interpessoal de risco (S^D_{pas}), produzindo consequências diversas aversivas ($S^{R-}_{diversas}$) e consequências reforçadoras de aprovação social (S^{R++}_{aprov}), ambas de alta magnitude. Especificando-se a população afetada, diz-se que a resposta passiva produz, do ponto de vista imediato, consequências (diversas) aversivas para o indivíduo (S^{R-}_{indiv}) e reforçadores positivos para o grupo (S^{R+}_{grupo}) (cf. Epstein, 1980; Hull & Schroeder, 1979). Uma sistematização das respostas assertiva, agressiva e passiva, com relação a população afetada, tipo e imediatez das consequências produzidas é apresentada na Tabela 2.

As descrições possibilitam uma noção mais clara a respeito da relação entre assertividade e autocontrole, pelos seguintes aspectos: (a) assertividade e autocontrole são relações comportamentais produzidas em ambientes sociais, que (b) envolvem a produção de consequências para o indivíduo e para o grupo e que (c) favorecem diferencialmente o grupo. Também os padrões de resposta concorrentes ou alternativos ao autocontrole e à assertividade (comportamento impulsivo, no caso do autocontrole e comportamentos agressivo e passivo, no caso da assertividade) compartilham aquelas

características, à exceção do favorecimento do grupo. As semelhanças entre o comportamento assertivo e o de autocontrole sugerem que a assertividade constitui uma instância de resposta autocontrolada, bem como os comportamentos agressivo e passivo funcionariam como “instâncias interpersonais” de comportamento impulsivo.

Tal qual o comportamento de autocontrole, o comportamento assertivo configura-se mais vantajoso para o grupo do que uma resposta impulsiva (a resposta agressiva). O comportamento passivo requer uma análise mais detalhada. Em uma análise apressada poder-se-ia supor que a resposta passiva não constitui um tipo de resposta impulsiva, representando vantagem maior para o grupo do que a resposta assertiva. No entanto, no caso da resposta passiva, torna-se importante observar como se articula ao conflito de consequências a questão temporal assinalada por Rachlin (1991). Isto é, respostas passivas são mais vantajosas para o grupo apenas do ponto de vista imediato. No longo prazo, a passividade representa uma dependência onerosa do indivíduo em relação ao grupo (considerem-se, a propósito, as consequências atrasadas, para os pais e para a sociedade, do fortalecimento de um padrão passivo de comportamento de crianças na infância). Considerando-se as consequências atrasadas, portanto, será mais vantajoso para o grupo, pelo menos em uma cultura “ocidentalizada”, contar com indivíduos que se comportem assertivamente, produzindo consequências positivas para si e para o grupo. Um aspecto dessa análise que requer exame adicional é o fato de que, por essa ótica, agressividade e passividade constituiriam, ambas, instâncias de comportamento impulsivo, diferindo com respeito às modalidades e ao atraso das consequências. A questão é que esses padrões diferem, substancialmente, também, com respeito à topografia das respostas, com base na qual mais frequentemente o leigo categoriza um comportamento como agressivo ou passivo. Trata-se, enfim, de um problema que merece ser examinado com maior detalhamento em trabalho que dê continuidade a este curso de análise.

Resumindo, então, respostas assertivas produzem consequências reforçadoras diversas e consequências de aprovação social que, imediatamente, podem não ter a mesma magnitude daquelas que seriam produzidas por respostas

Tabela 2. Tipos de consequências produzidas por respostas passivas, agressivas e assertivas.

RESPOSTAS	CONSEQUÊNCIAS			
	População afetada	Tipo de consequência	Magnitude	Tempo
Passiva	Indivíduo	Negativas diversas	Alta	Imediata
		Positivas sociais	Alta	Imediata
	Grupo	Positiva	----	Imediata
		Negativa	----	Atrasada
	Indivíduo	Positivas diversas	Alta	Imediata
		Negativas sociais	Alta	Atrasada
Agressiva	Grupo	Negativa	----	Imediata
		Negativa	----	Atrasada
	Indivíduo	Positivas diversas	Moderada	Imediata
Assertiva	Grupo	Negativa	----	Imediata
		Positiva	----	Atrasada
	Indivíduo	Positivas sociais	Moderada	Imediata

agressivas ou passivas. Mesmo diante da possibilidade de produzir imediatamente consequências reforçadoras de grande magnitude – de aprovação social, se a resposta for passiva; e consequências diversas, se a resposta for agressiva – o indivíduo pode emitir uma resposta assertiva, instalada sob controle de regras ou contingências.

Conclusão

As referências ao autocontrole foram orientadas, ao longo do presente artigo, pelo objetivo de contribuir para a interpretação da assertividade. Embora esse percurso

analítico tenha conduzido a digressões por vezes distantes do tema da assertividade, buscamos sugerir certas relações comportamentais em que pode se basear uma interpretação do responder assertivo, consistente conceitualmente com princípios da Análise do Comportamento. Certamente, a literatura sobre assertividade remete a questões mais diversas do que aquelas aqui mencionadas. Desse ponto de vista, a análise apresentada constitui apenas um ponto de partida para uma apropriação mais ampla do tema da assertividade na literatura analítico-comportamental.

A análise desenvolvida baseou-se em pesquisas empíricas realizadas por terapeutas comportamentais (não necessariamente analítico-comportamentais) e em trabalhos conceituais

da Análise do Comportamento, de orientação Behaviorista Radical. Por sua importância para a prática clínica, devido à grande demanda por intervenções no sentido de promover o comportamento assertivo, faz-se necessária agora uma investigação empírica das variáveis que controlam esse comportamento (aqui compreendido como um tipo especial de autocontrole), orientada de maneira mais rigorosa pelos princípios da Análise do Comportamento.

Referências

- Alberti, R. E. (1977). Comments on "Differentiating assertion and aggression: Some behavioral guidelines". *Behavior Therapy*, 8, 353-354.
- Alberti, R. E., & Emmons, M. L. (1978). *Comportamento assertivo: um guia de auto-expressão* (2ª ed.) (J. M. Corrêa, Trad.). Belo Horizonte: Interlivros. (Trabalho original publicado em 1970)
- Arrindel, W. A., Sanderman, R., Van Der Molen, H., Van Der Ende, J., & Mersch, P. P. (1988). The structure of assertiveness: A confirmatory approach. *Behavior Research and Therapy*, 26, 337-339.
- Chan, D. W. (1993). Components of assertiveness: Their relationships with assertive rights and depressed mood among Chinese college students in Hong Kong. *Behavioral Research Therapy*, 31, 529-538.
- Eisler, R. M., Hersen, M., & Miller, P. M. (1973). Effects of modeling on components of assertive behavior. *Journal of Behavior Therapy and Experimental Psychiatry*, 4, 1-6.
- Epstein, N. (1980). Social consequences of assertion, aggression, passive aggression, and submission: Situational and dispositional determinants. *Behavior Therapy*, 11, 662-669.
- Falcone, E. O. (2001). Uma proposta de um sistema de classificação das habilidades sociais. Em H. J. Guilhardi, M. B. B. P. Madi, P. P. Queiroz & M. C. Scoz (Orgs.), *Sobre comportamento e cognição – Vol 8: expondo a variabilidade* (pp. 195-209). Santo André: ESETec.
- Furnham, A. (1979). Assertiveness in three cultures: Multidimensionality and cultural differences. *Journal of Clinical Psychology*, 35, 522-527.
- Hanna, E. S., & Todorov, J. C. (2002). Modelos de autocontrole na análise experimental do comportamento: utilidade e crítica. *Psicologia: Teoria e Pesquisa*, 18, 337-343.
- Heimberg, R. G., Montgomery, D., Madsen, C. H., Jr., & Heimberg, J. S. (1977). Assertion training: A review of literature. *Behavior Therapy*, 8, 953-971.
- Hull, D. B., & Schroeder, H. E. (1979). Some interpersonal effects of assertion, nonassertion and aggression. *Behavior Therapy*, 10, 20-28.
- Kazdin, A. E. (1974). Effects of covert modeling and model reinforcement on assertive behavior. *Journal of Abnormal Psychology*, 83, 240-252.
- Kelly, J. A., Kern, J. M., Kirkley, B. G., Paterson, J. N., & Keane, T. M. (1980). Reactions to assertive versus unassertive behavior: Differential effects for males and females and implications for assertiveness training. *Behavior Therapy*, 11, 670-682.
- Lazarus, A. A. (1980). *Psicoterapia personalista: uma visão além dos princípios do condicionamento*. Belo Horizonte: Interlivros. (Trabalho original publicado em 1971)
- Lewis, P. N., & Gallois, C. (1984). Disagreements, refusals, or negative feelings: Perception of negatively assertive messages from friends and strangers. *Behavior Therapy*, 15, 353-368.
- Lorr, M., & More, W. W. (1980). Four dimensions of assertiveness. *Multivariate Behavioral Research*, 2, 127-138.
- Marchezini-Cunha, V. (2004). *Assertividade e autocontrole: possíveis relações*. Dissertação de Mestrado, Universidade Federal do Pará, Belém.
- Martinez, A. (1997). *Assertividade: Definição operacional e análise de exemplos oferecidos por terapeutas*. Dissertação de Mestrado, Pontifícia Universidade Católica de Campinas, Campinas.
- McFall, R. M., & Lillesand, D. B. (1971). Behavior rehearsal with modeling and coaching in assertion training. *Journal of Abnormal Psychology*, 77, 313-323.
- Nico, Y. C. (2001). *A contribuição de B. F. Skinner para o ensino do autocontrole como objetivo da educação*. Dissertação de Mestrado, Pontifícia Universidade Católica de São Paulo, São Paulo.
- Pitcher, S. W., & Meickle, S. (1980). The topography of assertive behavior in positive and negative situations. *Behavior Therapy*, 11, 532-547.
- Rachlin, H. (1991). Self Control. Em H. Rachlin (Ed.), *Introduction to modern behaviorism* (3ª. ed.) (pp. 264-286). New York: Freeman.
- Rich, A. R. & Schroeder, H. E. (1976). Research issues in assertiveness training. *Psychological Bulletin*, 83, 1081-1096.
- Schroeder, H. E., Rakos, R. F., & Moe, J. (1983). The social perception of assertive behavior as a function of response class and gender. *Behavior Therapy*, 14, 534-544.
- Schwartz, R. M., & Gottman, J. M. (1976). Toward a task analysis of assertive behavior. *Journal of Counseling and Clinical Psychology*, 44, 910-920.
- Skinner, B. F. (2000). *Ciência e comportamento humano* (J. C. Todorov e R. Azzi, Trad.). São Paulo: Martins Fontes. (Trabalho original publicado em 1953)
- Skinner, B. F. (2003). *The technology of teaching*. Acton: Copley. (Trabalho original publicado em 1968)
- Tourinho, E. Z. (2009). *Subjetividade e relações comportamentais*. São Paulo: Paradigma.
- Wolpe, J. (1980). *Prática da terapia comportamental* (3ª ed.) (W. G. Clark Jr, Trad.). São Paulo: Brasiliense (Trabalho original publicado em 1973)
- Zollo, L. J., Heimberg, R. G., & Becker, R. E. (1985). Evaluations and consequences of assertive behavior. *Journal of Behavior Therapy and Experimental Psychiatry*, 16, 295-301.

Recebido em 12.09.2008

Primeira decisão editorial em 21.08.2009

Versão final em 25.08.2009

Aceito em 16.09.2009 ■